Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

CEA

Centre d'éducation des adultes Mgr-Beaudoin (Saint-Georges)

Programmation hiver 2013

Nouvelle section
Services aux entreprises

:: Table des matières

Information sur le certificat de naissance grand format	3
Formation générale secondaire	4
Alphabétisation et francisation	5
Anglais (soir) et anglais-emploi (soir)	6
Espagnol	7
Cerveau actif	8
Français correctif	9
Sexualité, couple et amour	10
Célibat, amour et sexualité	11
Informatique	12
Cuisine	13
Éveil à la lecture et à l'écriture chez les enfants de 0 à 5 ans	14
Langue signée québécoise	15
Natation enfants	16
Natation adultes	17
Ateliers de théâtre pour enfants niveau 1	18
Ateliers de théâtre pour enfants niveau 2	18
Ateliers de théâtre pour adolescents	19
Gymnastique récréative	20
Gymnastique pour bambins	21
Taï chi 1	22
Taï chi 2	23
Technique Pilates	24
Yoga et Yoga-Pilates	25
Jardinage	26
Golf	27
Photographie numérique 1	28
Photographie numérique 2 (trucs et astuces)	28
J'apprends à dessiner à l'aide d'un portrait	29
Formation de jour pour 50 ans et plus	30-31
Section services aux entreprises	32
RAC	33
Formations en agriculture	34
DEP en transport par camion	35
IPad : Mode d'emploi pour le bureau	36
Formation sur la Santé et Sécurité générale	37
Formation en ligne pour les infirmières et infirmiers auxiliaires	38
Formation PDSB	39
Coordonnées du CEA Mgr Beaudoin	40

Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

:: Certificat de naissance – grand format

Depuis septembre 2012, le certificat de naissance grand format est requis pour toute nouvelle inscription aux formations subventionnées par le ministère de l'Éducation du Loisir et du Sport.

Pour obtenir votre certificat de naissance, vous pouvez aller sur le site Internet du Directeur de l'état civil, à l'adresse suivante :

www.etatcivil.gouv.qc.ca.

Vous pouvez faire une transaction en ligne ou imprimer le formulaire requis.

Vous pouvez également obtenir le formulaire de demande dans les comptoirs de services du Directeur de l'état civil, à l'une de ces adresses :

2535, boulevard Laurier, Québec ou
2050, rue De Bleury, Montréal (métro Place-des-Arts)

> Pour plus d'information, composez le 418 644-4545 ou le 1 877 644-4545 (sans frais).

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

:: Formation générale secondaire

> Présecondaire

> Secondaire I à V

> Préalables pour le cégep et pour la formation professionnelle

Obligatoire :

- Préinscription et rencontre avec la conseillère pédagogique

Documents à fournir :

- Bulletin d'école (sec. I, II et III) ou relevé de notes du ministère (sec. IV ou V)

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires à la préinscription.***

> *Le centre est ouvert à l'année.*

Durée :	Variable, selon votre objectif professionnel
Début :	Toutes les semaines
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	30 $ (frais d'ouverture de dossier, payables à l'inscription)
Horaire de jour : 8 h 15 à 15 h 55	
Du lundi au vendredi	Possibilité de fréquentation à temps plein ou à temps partiel (6 h à 30 h/sem.)
Horaire de soir : 18 h 45 à 21 h 25	
Lundi et mercredi	Français, histoire
Mardi et jeudi	Mathématiques, chimie, physique, sciences physiques
Mardi et mercredi	Anglais

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 226-2564 (cours de jour), 418 227-3294 (cours de soir)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

:: Alphabétisation

Ce cours s'adresse aux personnes qui ont oublié leurs notions du primaire.

Contenu du cours :

- Révision des connaissances de base en français et mathématiques, notions d'informatique

Horaire de jour :	Possibilité de fréquentation à temps plein ou à temps partiel (6 h à 30 h/sem.)
Horaire de soir :	À déterminer
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	**Formation gratuite**

:: Francisation

Ce cours s'adresse aux personnes dont la langue première n'est pas le français.

Contenu du cours :

- Français parlé et écrit

Horaire de jour :	Possibilité de fréquentation à temps plein ou à temps partiel (6 h à 30 h/sem.)
Horaire de soir :	À déterminer
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	**Formation gratuite**

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 226-2564 (cours de jour), 418 227-3294 (cours de soir)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Pour aller plus loin

:: Anglais (soir)

> Anglais débutant (1re et 2e secondaires)

> Anglais intermédiaire (3e, 4e et 5e secondaires)

Contactez-nous pour un test de classement.

Durée :	100 heures
Horaire :	Mardi et mercredi, de 18 h 25 à 21 h 30
Début :	Mercredi 6 février
Coût :	30 $ (frais d'ouverture de dossier, payables à l'inscription) + frais de volume (non inclus)

:: Anglais-emploi (soir)

Clientèle admissible :

Toute personne **en emploi ou en recherche active d'emploi** et pour toute autre personne qui veut améliorer son anglais.

Les employeurs recherchent de plus en plus des personnes ayant une bonne connaissance de l'anglais.

Contenu du cours :

- Conversation, grammaire, vocabulaire, thèmes
- Pratique en laboratoire de téléphonie

> Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.

Durée :	13 semaines
Horaire :	Lundi et jeudi, de 18 h 25 à 21 h 30
Début :	Lundi 28 janvier
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	30 $ (frais d'ouverture de dossier par année de fréquentation) + 10 $ (frais de photocopies)

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Pour aller plus loin

:: Espagnol

Clientèle admissible :

Toute personne **en emploi ou en recherche active d'emploi** et toute autre personne pour qui l'espagnol peut être requis dans le cadre de son travail ou de ses voyages.

> Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.

Durée :	30 heures
Horaire :	18 h 25 à 21 h 30
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	30 $ (par année pour les frais d'ouverture de dossier) + 10 $ (par formation pour les frais de photocopies)

Espagnol		**Début :**	**Fin :**	**Préalables :**
Niveau 1	Lundi	11 février	22 avril	Aucun
Niveau 2	Jeudi	14 février	18 avril	Niveau 1
Niveau 3	Mardi	12 février	16 avril	Niveau 2
Niveau 4	Lundi	11 février	22 avril	Niveau 3
Niveau 6	Mercredi	13 février	17 avril	Niveau 5

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Formation gratuite

:: Ateliers - Cerveau actif

Clientèle admissible :

Vous avez 50 ans et plus et vous voulez maintenir vos capacités intellectuelles par le biais d'activités. Ces ateliers s'adressent à toute personne désirant maintenir « un esprit sain dans un corps sain ».

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.***

Objectifs et contenu :

Les objectifs suivants seront atteints à travers des activités d'écriture, de lecture, de communication, de création et encore plus.

- Analyse de situation, compréhension, concentration
- Connaissance de l'actualité, connaissances générales et culturelles
- Mémoire à court, moyen et long terme
- Observation, etc.

Journée	Date	Horaire	Lieux
Vendredi	15 février au 26 avril	13 h 30 à 15 h 30	Édifice Les Sources, 11855, 19e Avenue Saint-Georges, local 105 (entrée par la porte arrière)
Samedi	16 février au 27 avril	9 h à 11 h	CEA Mgr-Beaudoin, 1600, 1re Avenue Ouest, Saint-Georges, local 208
Coût :	**Gratuit**		

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

:: Français correctif

Clientèle admissible :

Ouvert à tous

Votre maîtrise de l'orthographe vous joue des tours ? Vous souhaitez améliorer votre niveau de français écrit pour le travail ou pour votre satisfaction personnelle ? Inscrivez-vous au cours de français correctif, où vous réviserez les notions oubliées par le biais d'exercices et d'activités d'écriture.

Contenu du cours :

- Révision des règles de grammaire
- Révision des règles de syntaxe
- Notions de vocabulaire
- Outils de correction et de rédaction
- Stratégies pour écrire plus efficacement

Durée :	10 semaines	
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin Saint-Georges	
Coût :	30 $ (frais d'ouverture de dossier) et 10 $ (frais de photocopies)	
	Groupe 1 :	**Groupe 2 :**
Horaire :	18 h 30 à 21 h 30	8 h 30 à 11 h 30
Début :	Lundi 4 février	Vendredi 1er février
Formatrice :	Sophie Perron	À déterminer

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.***

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Formation gratuite

Pour ma croissance personnelle

:: Sexualité, couple et amour

Clientèle admissible :

Toute personne vivant seule ou en couple.

Thèmes abordés :

- Le développement de la relation amoureuse et des dimensions affectives et sexuelles
- Les fausses croyances sur le couple
- Les différences entre les hommes et les femmes
- Le cycle de la réponse sexuelle
- Le désir sexuel et ses changements
- Les types d'amour
- La dépendance affective
- Les stratégies gagnantes des couples heureux

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.***

Objectifs du cours :

- Enrichir davantage sa relation amoureuse
- Outiller les participants pour mieux vivre leur relation amoureuse

Durée :	18 heures (6 séances)
Début :	Samedi 2 février
Horaire :	9 h à 12 h ou 13 h à 16 h
Lieu :	Édifice Les Sources, 11855, 19e Avenue, Saint-Georges, local 105 (entrée par la porte arrière)
Coût :	**Formation gratuite**
Personne-ressource :	Bianka Champagne, sexologue, M.A.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Formation gratuite

:: Célibat, amour et sexualité

Clientèle admissible :

Toute personne vivant seule ou en couple.

Certaines personnes vivent mieux le célibat que d'autres. Que font-elles de différent ? Être célibataire est une occasion pour apprendre à se connaître, à s'épanouir et à trouver son bonheur.

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.***

Thèmes abordés :

- Une personne que l'on gagne à connaître (besoins, désirs, forces, faiblesses, limites)
- Le vécu amoureux passé et futur
- Les mythes concernant les célibataires heureux, l'amour et la sexualité
- La solitude par rapport à l'isolement
- La séduction en 2012 : comment s'y retrouver ?
- Comment rencontrer par les sites de rencontre ?
- La sexualité et les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITS)

Durée :	21 heures (7 séances de 3 h)
Début :	Mardi 22 janvier
Horaire :	18 h 30 à 21 h 30
Lieu :	Édifice Les Sources 11855, 19e Avenue, Saint-Georges, local 105 (entrée par la porte arrière)
Coût :	**Formation gratuite**
	Bianka Champagne, sexologue, M.A.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

:: Informatique

Clientèle admissible :

Toute personne en emploi ou en recherche d'emploi ou toute autre personne pour qui l'informatique représente un défi.

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.***

Durée :	30 heures pour chaque niveau
Horaire :	18 h 30 à 21 h 30
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	30 $ (frais d'ouverture de dossier par année de fréquentation) + 10 $ (frais de photocopies, par niveau)

Informatique	Description	Préalables	Début	Fin
Niveau 1 (de base)	**Initiation à l'informatique sous Windows**	**Aucun**	**Groupe 1 :** Lundi 4 février	15 avril
			Groupe 2 : Jeudi 7 février	11 avril
			Groupe samedi 9 février (9 h à 12 h)	13 avril
Niveau 2 (Windows, Internet)	**Rechercher, communiquer et exploiter Internet**	**Niveau 1**	**Groupe 1 :** Lundi 4 février	15 avril
			Groupe 2 : Jeudi 7 février	11 avril
Niveau 3 (apprentissage par projet)	**Application des notions apprises dans les formations précédentes**	**Niveau 2**	Mardi 5 février	9 avril
:: NOUVEAU **Médias sociaux**	**Skype, Twitter, Facebook et environnement Windows Live**	**Niveau 2**	**Groupe 1 :** Mardi 22 janvier	26 mars
			Groupe 2 : Samedi 26 janvier	30 mars

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

:: Formation Aide-cuisinière, aide-cuisinier

Certificat de métier semi-spécialisé

Clientèle admissible :

Cette formation s'adresse aux personnes de 18 ans et plus qui ont de l'intérêt pour ce métier et qui aimeraient travailler dans le milieu de la restauration, de la cuisine industrielle ou d'établissement.

- Formation pratique de 350 heures à la cuisine du Rappel (2255, 3e Avenue Ouest, Saint-Georges)
- Stage de 100 heures dans un autre milieu
- Possibilité d'une aide financière par Emploi-Québec
- La Formation Aide-cuisinière,aide-cuisinier mène à un certificat du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport.

Durée :	450 heures (21 semaines) 25 h/semaine
Début :	Entrée continue
Lieu :	Cuisine du Rappel Stage dans divers endroits

Emploi Québec Chaudière–Appalaches

La cuisine du Rappel

Pour information :
Luce Poulin, au 418 227-2025 poste 25

Formation gratuite

:: Éveil à la lecture et à l'écriture chez les enfants de 0 à 5 ans

Clientèle admissible :

Ce cours s'adresse aux parents, aux grands-parents et aux personnes qui travaillent auprès des enfants.

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.***

Contenu du cours :

- Pourquoi raconter des histoires ?
- Techniques de lecture pour les tout-petits
- Suggestions de livres pour chaque âge
- Trucs et activités pour la maison
- Se préparer pour l'entrée à l'école

Commentaires d'anciens participants :

« Une formation simple, captivante et éducative. »

« J'ai vraiment appris des choses. Merci pour le partage ! »

« J'ai beaucoup aimé le cours, ça m'a donné plein d'idée pour faire aimer la lecture à mon enfant. »

Dates :	Mercredis 20 - 27 février et 13 mars
Horaire :	19 h à 21 h
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	**Formation gratuite**
Formatrice :	Annie Cliche
Note :	Nous vous demandons d'être présent aux trois soirées.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Formation gratuite

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

:: Langue signée québécoise (niveaux 1 et 2)

Clientèle admissible :

Toute personne intéressée à apprendre à communiquer avec des personnes sourdes.

Ce cours est offert par le Centre d'éducation des adultes Monseigneur-Beaudoin–Les Sources en collaboration avec le Regroupement des Sourds de Chaudière-Appalaches.

> ***Le certificat de naissance grand format et la carte d'assurance maladie sont obligatoires dès le premier cours.***

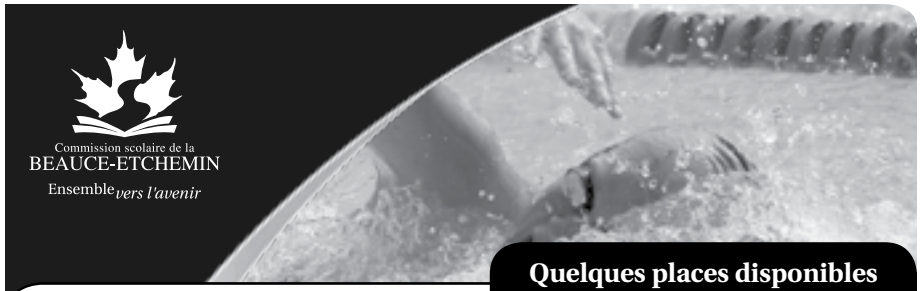
Pour plus d'information, veuillez communiquer avec le **Regroupement des Sourds de Chaudière-Appalaches** les lundis, mardis et vendredis, à compter du lundi 21 janvier 2013, de 8 h 30 à 16 h :

12627, 1re Avenue,
Saint-Georges G5Y 2E4

Téléphone : 418 227-8950
Courriel : rsca@globetrotter.net

Durée :	45 heures (15 séances)
Horaire :	18 h 30 à 21 h 30
Début :	**Niveau 1 :** Mardi 5 février **Niveau 2 :** Jeudi 7 février
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, Saint-Georges
Coût :	30 $ pour le guide de l'étudiant (à payer avant le début des cours)
Formateur :	**À déterminer**
Minimum d'inscriptions :	15 personnes

Regroupement des Sourds de Chaudière-Appalaches inc.



Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Quelques places disponibles

Inscription sur place au CEA Mgr Beaudoin les 9 et 10 janvier de 19 h à 21 h.

:: Natation – Enfants

Durée :	10 semaines (10 cours)	
Lieu :	Polyvalente de Saint-Georges	
Formatrices :	**Préscolaire :** Audrey Nadeau, Cynthia Bilodeau et Justine Roy **Junior :** Justine Roy	
Préscolaire		
Horaire : Début le vendredi 18 janvier		**Coût***
18 h	Poisson-lune (3 à 6 ans)	65 $
Horaire : Début le samedi 19 janvier		**Coût***
8 h	Étoile de mer (4 à 12 mois)	45 $
8 h 30	Canard (12 à 24 mois)	
9 h et **9 h 30**	Tortue de mer (24 à 36 mois)	
10 h et **16 h**	Loutre de mer (3 à 5 ans)	65 $
11 h et **17 h**	Salamandre (3 à 5 ans)	
12 h	Poisson-lune (3 à 6 ans)	
13 h	Crocodile et baleine (3 à 6 ans)	
Junior		
Horaire : Début le dimanche 20 jnavier		**Coût***
8 h	Junior 1 (5 ans et plus)	65 $
9 h	Junior 2 (5 ans et plus)	
10 h	Junior 3 (5 ans et plus)	
11 h	Junior 4	
12 h	Junior 5 et 6	
13 h	Junior 7, 8, 9 et 10	

* Incluant volume et écusson, taxes incluses.

> Les cours de natation pour enfants sont admissibles au crédit d'impôt fédéral.

:: Important

Procédure d'inscription

Pour préscolaire et junior :
Inscription sur place au
CEA Mgr Beaudoin,
1600, 1re Avenue Ouest, Saint-Georges
les 9 et 10 janvier 2013
de 19 h à 21 h

Pour les adultes :
Inscription par téléphone, après 14 h 30, au 418 227-3294. Laisser un message sur le répondeur s'il y a lieu**.**

> Le carnet de progression de votre enfant est obligatoire pour l'inscription et le paiement (non remboursable) doit être fait lors de l'inscription.

Quelques places disponibles

:: Natation – Adultes

Durée :	10 semaines (10 cours)	
Coût :	65 $	
Lieu :	Polyvalente de Saint-Georges	
Formatrices :	**Lundi et jeudi :** Vanessa Dupuis et Justine Roy **Mardi et mercredi:** Audrey Nadeau	
Horaire : Début le lundi 21 janvier		
18 h	Cours prénataux en piscine	
19 h	Aquaforme	
20 h	Adultes avancés	
Horaire : Début le mardi 22 janvier		
18 h	Adultes avancés	
19 h	Aquaworkout	
Horaire : Début le mercredi 23 janvier		
18 h	Aquaforme aînés	
19 h	Aquaworkout	
Horaire : Début le jeudi 24 janvier		
18 h	Adultes avancés	
19 h	Adultes débutants	

Pour inscription : rendez-vous au
CEA Mgr-Beaudoin les 9 et 10 janvier 2013 de 19 h à21 h

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

:: Ateliers de théâtre

Pour enfants (Niveau 1)

Ces ateliers offrent un espace de création où les enfants pourront s'exprimer dans un monde imaginaire avec des personnages diversifiés. Les objectifs sont de faire découvrir le théâtre à des comédiens débutants, de développer leur confiance en eux et de leur apprendre à s'exprimer devant un groupe.

Pour enfants (Niveau 2) :: NOUVEAU

Cet atelier, destiné aux enfants qui ont déjà suivi l'atelier de niveau 1, vise à leur permettre de s'amuser tout en continuant à développer leurs connaissances et leurs aptitudes en art dramatique. On y révisera les techniques apprises par les jeunes participantes et participants au niveau 1 (voix, mémoire, projection, mouvement). L'atelier de niveau 2 leur permettra aussi de raffiner leurs qualités de comédiennes et de comédiens (justesse du jeu et techniques de scène).

Pour adolescents :: NOUVEAU

Cet atelier offre aux adolescentes et adolescents la possibilité de participer à une activité où ils développeront leur potentiel de création. Ils y feront des exercices de voix, d'écoute, d'observation, d'émotions, de présence sur scène et d'interprétation.

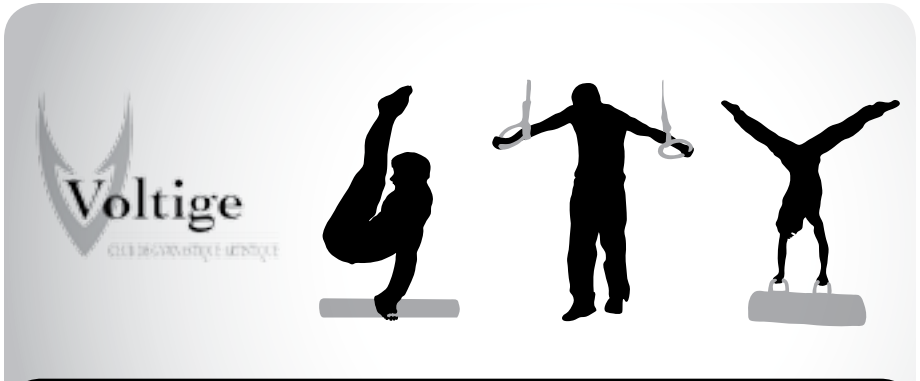
Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Clientèle admissible	**Enfants niveau 1 :** Enfants de 8 à 12 ans	**Enfants niveau 2 :** Enfants de 8 à 12 ans ayant suivi le niveau 1	**Adolescents :** Adolescents de 13 à 16 ans
Horaire :	9 h 30 à 10 h 45 (75 min.)	10 h 45 à 12 h (75 min.)	13 h à 15 h (2 h)
Durée :	10 semaines		
Début :	Samedi 2 février		
Lieu :	Édifice Les Sources, 11855, 19e Avenue, Saint-Georges, local 108		
Coût :	85 $ (taxes incluses)		
Formatrices :	Caroline Audet et Solange Thibodeau		
Minimum :	10 enfants		
Maximum :	12 enfants		

Chacun de ces trois ateliers permettra de préparer un spectacle, qui sera présenté la dernière semaine.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.



:: Gymnastique récréative pour filles et garçons (débutants)

Les cours de gymnastique artistique offrent la chance aux jeunes de se familiariser avec les principes de base de cette discipline par différents ateliers en utilisant les appareils suivants : cheval d'arçons, anneaux, table de sauts, poutre, barres parallèles, barres fixes, barres asymétriques de même que les exercices au sol, dans un cadre où le but premier est de développer des habiletés sportives tout en ayant du plaisir.

Inscription sur place au CEA Mgr Beaudoin les 8 et 9 janvier de 19 h à 21 h. Apportez chèque ou argent.

Lieu :	École des Deux-Rives	
Formateur :	**Richard Fournier** Entraîneur-chef du club Voltige www.clubvoltige.com	
Horaire	**Groupe du samedi (heure à déterminer)**	**Groupe du dimanche (heure à déterminer)**
Nombre de semaines	20 semaines	20 semaines
Date début	12 janvier	13 janvier
Date fin	8 juin	9 juin
Nombre d'heures	30 heures	30 heures
Coût total	212 $	212 $

Pour information :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)

Inscription sur place au CEA Mgr Beaudoin les 8 et 9 janvier de 19 h à 21 h. Apportez chèque ou argent.

:: Gymnastique pour bambins

Clientèle admissible :

Ce cours est destiné aux enfants de 2½ ans à 4 ans et requiert la présence d'un parent.

Objectif général :

Stimuler la motricité et développer les habiletés pour la gymnastique ou les activités quotidiennes.

> *Les cours de gymnastique sont admissibles au crédit d'impôt fédéral.*

Durée :	20 semaines (15 heures)
Début :	Samedi 12 janvier
Horaire :	À déterminer
Lieu :	École des Deux-Rives
Coût :	156 $ (taxes incluses)
Formateur :	**Richard Fournier** Entraîneur-chef du club Voltige et son équipe www.clubvoltige.com

Pour information :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)

Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Pour se divertir

:: Taï chi I

Clientèle admissible :

Ce cours s'adresse à toute personne intéressée.

Objectifs généraux :

Le taï chi est une discipline chinoise dérivée des arts martiaux qui permet d'améliorer la souplesse au niveau du dos, la force dans les jambes, l'équilibre et la mémoire. La série de mouvements est exécutée avec lenteur et douceur afin de permettre à l'énergie (chi) de circuler librement dans toutes les parties du corps. De plus, la pratique du taï chi aide à diminuer le stress, à se concentrer et à se sentir tout simplement bien.

Durée :	15 heures (10 séances)
Horaire :	19 h à 20 h 30
Début :	Mardi 29 janvier
Lieu :	Édifice Les Sources, 11855, 19e Avenue Saint-Georges, local 108 (entrée par la porte arrière)
Coût :	75 $ (taxes incluses)
Formatrice :	Aline Carrier

:: Taï chi II

Clientèle admissible :

Ce cours s'adresse à toute personne intéressée qui a déjà suivi le niveau I.

Objectifs généraux :

Le cours de taï chi II permettra de continuer à apprendre la forme de style yang. De plus, nous approfondirons l'exécution des différents mouvements appris lors du cours de taï chi I.

La prise de conscience de la souplesse et de la force du corps sera notre guide pendant cette nouvelle session.

Durée :	15 heures (10 séances)
Horaire :	Samedi, de 9 h 30 à 10 h 30
Début :	Samedi 2 février
Lieu :	Édifice Les Sources, 11855, 19e Avenue Saint-Georges, local 108 (entrée par la porte arrière)
Coût :	75 $ (taxes incluses)
Formatrice :	Aline Carrier

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

:: Technique Pilates

Initiez-vous à la technique Pilates, fondée au début du 20e siècle par Joseph Pilates, un mode d'exercices parmi les plus populaires de l'heure, et voyez les changements s'opérer dans votre corps et votre esprit. Moyennant des séances régulières, vous deviendrez plus robuste, plus mince et plus souple, sans compter que vous aurez une mine superbe. En peu de temps, les tensions et les contraintes du quotidien auront moins d'emprise sur vous, vous aurez un meilleur contrôle des choses sans que surgisse le stress.

En résumé, c'est une mise en forme en gymnase par des exercices musculaires spécifiques, pour un meilleur raffermissement des abdominaux et des muscles fessiers, avec musique d'ambiance.

Nous vous invitons à discuter avec votre médecin avant de vous inscrire à ce genre de cours dans le cas d'une problématique médicale. Nous ne sommes pas responsables de la détérioration de votre condition physique ou de l'aggravation d'une blessure.

Durée :	12 heures (12 séances)
Début :	Mercredi 6 février
Horaire :	19 h à 20 h **Pour les débutants** 18 h à 19 h **Pour les intermédiaires**
Lieu :	Palestre de la polyvalente de Saint-Georges, local 2124
Coût :	60 $ (taxes incluses)
Formatrice :	Chantal Poulin

:: Yoga – Respiration – Relaxation – Méditation

Clientèle admissible :

Ce cours s'adresse à toute personne intéressée.

Respiration pour mieux s'oxygéner

Relaxation pour mieux se libérer

Méditation pour mieux se centrer

- Le contrôle du souffle est l'un des instruments les plus parfaits pour aider l'être humain à se désenchevêtrer
- La relaxation, telle que l'entend le yoga fait intervenir la volonté et la vigilance.
- Le passage à la méditation est caractérisé par la diminution puis la suspension de la volonté.

Les trois sont associées dans la démarche du yoga.

Durée :	15 heures (7 séances)
Début :	Mardi 29 janvier 2013
Horaire :	19 h à 21 h 10
Lieu :	CEA Mgr Beaudoin
Coût :	75 $ (taxes incluses)
Formatrice :	Lisette Gagnon Caron

:: Yoga-pilates

Clientèle admissible :

Ce cours s'adresse à toute personne intéressée.

Objectifs généraux :

On vous propose de combiner la technique Pilates et le yoga. Les deux disciplines seront enseignées par le biais d'exercices respiratoires et de méditation vous permettant d'être conscient des tensions dans votre corps. Des mouvements accompagnés d'une bonne respiration vous permettront de les identifier et de les relâcher. Il en résultera une amélioration de la force, de la souplesse, de la coordination et du maintien.

Nous vous invitons à discuter avec votre médecin avant de vous inscrire à ce genre de cours dans le cas d'une problématique médicale. Nous ne sommes pas responsables de la détérioration de votre condition physique ou de l'aggravation d'une blessure.

Durée :	15 heures (10 séances)
Début :	Lundi 28 janvier 2013
Horaire :	19 h à 20 h 30
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, local 208
Coût :	75 $ (taxes incluses)
Formatrice :	Chantal Poulin

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

:: Jardinage

:: NOUVEAU

Objectif :

Cette formation vous permettra de mieux gérer et organiser votre jardin potager.

Contenu du cours :

- Pratiques culturales à petite échelle
- Calendrier des semis
- Fertilisation
- Moyens pour lutter contre les ravageurs ou les maladies

Durée :	20 heures
Horaire :	19 h à 21 h
Début :	Lundi 25 février
Fin :	6 mai
Coût :	75 $
Minimum :	12 personnes
Formateur :	Pier-Luc Poulin

Le tout s'effectuera à l'aide d'ateliers pratiques de semis intérieurs

:: Ébénisterie

Veuillez prendre note qu'il n'y aura pas de cours d'ébénisterie offert à la session d'hiver. Cependant, les cours seront dispensés à la session de printemps 2013.

Vous pourrez vous inscrire dès la parution du dépliant du mois de mars 2013.

:: Golf

Vous aimeriez vou initier au golf?
Vous voulez améliorer votre technique et/ou raffiner votre coup d'approche?

Profitez de nos cours avant le début de la belle saison!

Vous pouvez également former votre propre groupe (12 personnes).

Durée :	10 semaines (15 heures)
Horaire :	**Gr. 1 :** 18 h à 19 h 30 **Gr. 2 :** 19 h 30 à 21 h
Début :	Mardi 4 février
Lieu :	Gymnase de l'École Dionne, 1605, 6e Avenue Ouest, Saint-Georges
Coût :	110 $
Maximum :	12 personnes
Formateur :	Étienne Simard

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

:: J'apprends à dessiner un portrait

:: NOUVEAU

Clientèle admissible :

Ce cours s'adresse à toute personne de 16 ans et plus.

Objectif spécifique :

Développer des habiletés de base en dessin.

Contenu du cours :

Chaque cours sera constitué d'une partie théorique et d'une partie pratique.

1. **Dessiner un portrait à partir d'une photo**
2. **Le canon en perspective simplifié (trucs et conseils)**
3. **Comment dessiner : sourcil, oeil, nez, bouche**
4. **Mon premier portrait au plomb (2 soirs pour cette réalisation)**

Durée :	15 heures (5 séances)
Horaire :	18 h 30 à 21 h 30
Début :	Mardi 15 janvier
Lieu :	CEA Mgr-Beaudoin, local 208
Coût :	75 $ (taxes incluses)
Maximum :	15 personnes
Formateur :	Michel Bélanger

:: Photographie numérique I

Ce cours s'adresse aux personnes qui ont fait ou qui feront l'acquisition d'un appareil numérique et qui voudraient en savoir plus sur le fonctionnement de cet appareil et sur la prise de photographies en général.

Contenu du cours :

- Notions de base en photographie (matériel, ajustements, exposition, lumière et composition)
- Brève exploration du traitement d'images à l'ordinateur
- Approche pédagogique : exposés théoriques intercalés de quelques pratiques en classe
- Pour plus d'information sur ce cours : http://claudegagne-photo.com/cours

Durée :	15 heures (5 séances de 3 h)
Horaire :	19 h à 22 h
Début :	**Gr. 1 :** Mardi 22 janvier **Gr. 2 :** Samedi 26 janvier
Lieu :	CEA Mgr Beaudoin
Coût :	75 $ (taxes incluses)
Formateur :	Claude Gagné
Maximum :	20 personnes

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

:: Photo numérique II (trucs et astuces)

Trucs et astuces en photo numérique se veut un guide pour vous aider à mieux réussir vos photos de paysages, vos photos de plans rapprochés (la macro-photographie), vos photos de nuit et en lumière faible, vos photos de sport et d'action ainsi que vos photos d'individus pris sur le vif ou en studio improvisé.

Pour ce faire, nous verrons quelques notions techniques reliées à chaque thème. Nous explorerons différentes approches de ces thèmes en donnant des recommandations pratiques pour obtenir de bons résultats. Vous aurez à prendre des photos en suivant certaines recommandations et à présenter les résultats sous forme de fichiers numériques sur Internet.

Préalable : Photo numérique I
OU connaissance de l'utilisation de son appareil dans tous les modes (PASM et les modes scènes)

Matériel nécessaire : Appareil photo numérique et trépied

Durée :	15 heures (5 séances de 3 h)
Horaire :	Mardi, de 19 h à 22 h
Début :	26 février
Lieu :	CEA Mgr Beaudoin
Coût :	75 $ (taxes incluses)
Formateur :	Claude Gagné
Maximum :	20 personnes

Pour information et inscription :
CEA Mgr-Beaudoin : 418 227-3294 (après 14 h 30)
Laissez un message sur le répondeur s'il y a lieu.

Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Pour le plaisir de se divertir

:: Formations s'adressant aux personnes de 50 ans et plus

:: NOUVEAU

Du nouveaux pour les 50 ans et plus

Durée :	**20 heures**
Lieu :	**CEA Mgr Beaudoin**

Formation :	Coût :	Jour :	Horaire :
Saines habitudes alimentaires	**Formation gratuite**	**Lundi Vendredi**	13 h à 16 h
Le monde informatique : Apprentissage et mise à jour de ses connaissances informatiques à l'aide de différents logiciels. Initiation au iPad.	**Formation gratuite**	**Mardi Mercredi Vendredi**	13 h à 15 h
Création artistique : • pastel; • peinture; • dessin au plomb.	**Formation gratuite**	**Mardi**	Gr. 1 : 9 h à 12 h Gr. 2 : 13 h à 16 h
	Formation gratuite	**Jeudi**	Gr. 3 : 9 h à 12 h Gr. 4 : 13 h à 16 h
Cerveau actif : Exercices théoriques et pratiques permettant le développement et le maintien des types de mémoire différents.	**Formation gratuite**	**Lundi Vendredi**	13 h à 16 h
Anglais conversation	**Frais : 30 $**	**Lundi Mercredi**	13 h à 16 h
Espagnol	**Frais : 30 $**	Lundi	13 h à 16 h

Prenez note que les cours débuteront quand il y aura quinze personnes inscrites par groupe.

Pour information et inscription : 418 226-2564

SECTION

Services aux entreprises

Cette section offre des activités de formation continue ou sur mesure à l'intention des travailleurs ou des entreprises dans plusieurs domaines spécialisés.

:: Convertir mon expérience en diplôme : c'est possible !

Vous avez une expérience de plusieurs années dans un métier ?

- Soudage
- Secrétariat
- Comptabilité
- Vente-conseil
- Métiers de la santé
- Mécanique automobile
- Mécanique industrielle
- Charpenterie-menuiserie

Ou tout autre domaine

Vous pouvez obtenir un diplôme

- **Sans réapprendre ce que vous savez déjà**
- **En faisant évaluer les compétences que vous savez**
- **En apprenant seulement les compétences manquantes**
- **Tout en restant disponible pour un emploi (démarche à temps partiel)**

Une séance d'information à chaque semaine.

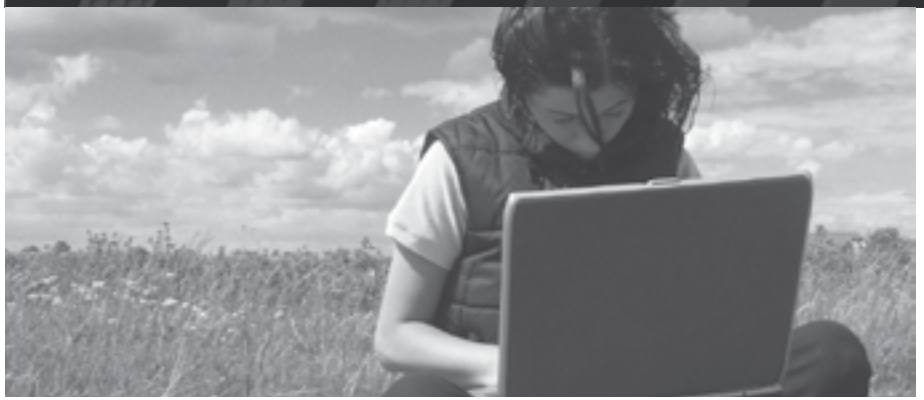
Pour vous inscrire : 418 228-5541, poste 2609
www. csbe.qc.ca/rac

RAC Reconnaissance des acquis et des compétences

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN Ensemble *vers l'avenir*
Les services aux entreprises
418 228-5541 ou 418 386-5541, poste 2620
H-2013 33

Investir dans la **FORMATION,** **C'EST RENTABLE !**

Investir dans la **FORMATION,** **C'EST RENTABLE !**



:: Offre de formation en agriculture et en transformation agroalimentaire

Consultez le site Web des **Collectifs régionaux en formation agricole**

www.formationagricole.com

dans la section Chaudière-Appalaches.

Exemples de formations :

- Transformation des produits de l'érable
- Friandises et dérivés à l'érable
- Utilisation des pesticides en milieu agricole
- Organisation d'un parc de machineries agricoles, etc.

:: DEP en transport par camion

Durée :	615 heures
Lieu :	Sainte-Marie à temps partiel le soir et les samedis du 25 mars au 9 novembre 2013 Saint-Prosper à temps plein de jour, du 11 février au 15 juin 2013
Information et inscription :	Ghislain Vachon 418 386-5541 ou 418 228-5541, poste 2603

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN Ensemble *vers l'avenir*
Les services aux entreprises
418 228-5541 ou 418 386-5541, poste 2620

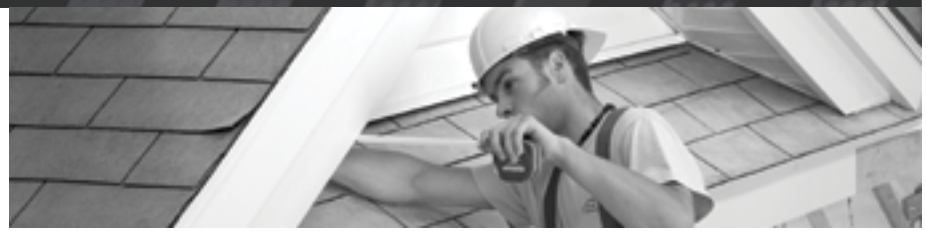
Investir dans la **FORMATION,** **C'EST RENTABLE !**

:: IPAD : Mode d'emploi pour le bureau

Connaître et apprendre à utiliser les applications
les plus performantes au travail.

Durée :	3 heures
Date :	Aussitôt qu'il y aura 15 personnes inscrites
Horaire :	de soir (18 h 30 à 21 h 30)
Inscription :	418 228-5541, poste 2620 (prendre note que nous confirmerons cette activité de formation par téléphone ou par courriel)

Investir dans la **FORMATION,** **C'EST RENTABLE !**



:: Formation sur la Santé et Sécurité générale sur les chantiers de construction (SSGCC)

Ce cours s'adresse aux personnes de 16 ans et plus. Il est un préalable à l'obtention de la carte de l'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail du secteur de la construction (ASP construction), lequel autorise son détenteur à travailler sur un chantier de construction.

Durée :	30 heures sur deux fins de semaine (de 8 h à 17 h)
Date :	Un cours par mois
Horaire :	Samedi et dimanche (8 h à 17 h)
Lieu :	Cimic, 11700, 25e Avenue Est, Saint-Georges
Coût :	220 $
Formateur :	Conrad Fontaine
Information et inscription :	418 228-5541, poste 6040

Paiement obligatoire en argent lors de l'inscription

Investir dans la FORMATION, C'EST RENTABLE !

Investir dans la FORMATION, C'EST RENTABLE !

:: Formation en ligne pour les infirmiers et infirmières auxiliaires

Pour vous permettre de compléter vos 10 heures de formation obligatoire, la commission scolaire de la Beauce-Etchemin en partenariat avec l'Ordre des infirmières et infirmiers auxiliaires du Québec, vous offre la possibilité d'actualiser vos compétences avec une formule de cours en ligne. Pour connaître nos différentes formations, nous vous invitons à consulter le : https://formationcontinue.oiiaq.org/

Durée :	10 heures
Coût :	130 $

Une collaboration de l'OIIAQ.

Ordre des infirmières et infirmiers auxiliaires du Québec

:: Principe pour le déplacement sécuritaire des bénéficiaires (PDSB)

Objectif :

Acquérir les connaissances et les habiletés nécessaires pour protéger votre intégrité physique et celle du client lors de tâches d'assistance aux déplacements des bénéficiaires.

Durée :	20 heures
Horaire :	8 h 30 à 16 h 30
Lieu :	Centre de formation professionnelle Pozer, Saint-Georges
Coût :	175 $
Information et inscription :	418 228-5541, poste 2620

Commission scolaire de la BEAUCE-ETCHEMIN Ensemble vers l'avenir

Les services aux entreprises 418 228-5541 ou 418 386-5541, poste 2620

Centre d'éducation des adultes Mgr-Beaudoin (Saint-Georges)

Mario Bergeron
Directeur du centre

Martin Veilleux
Directeur adjoint

Les cours débuteront si le nombre de candidats est suffisant. N'hésitez pas à nous appeler pour obtenir de l'information ou pour vous inscrire.

CEA Mgr-Beaudoin :
418 226-2564 (jour)
418 227-3294 (soir)

Consultez notre site Internet :
www.csbe.qc.ca/beaudoin

Commission scolaire de la
BEAUCE-ETCHEMIN
Ensemble *vers l'avenir*

Osez l'éducation des adultes.

Pour avoir des bases solides.
Pour vous perfectionner.
Pour vous divertir.
Pour améliorer votre situation.

Toutes les raisons sont bonnes.com